

Гараколовская ООШ

МЕНЮ - РАСКЛАДКА на 12 дней

1-й день

Продукты питания на закладку	Масса продуктов в гр.на 1 ученика	Цена 1 кг. (1шт.) в руб.	Стоимость продуктов в руб. на 1 человека	Количество о учащихся	Общая масса продуктов за 1 день, кг	Сумма расхода за 1 день
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ:						
Птица	140	195.000	27.300	60	5.460	1638.000
Масло растительное	10	70.000	0.700	60	0.390	42.000
Морковь	20	30.000	0.600	60	0.780	36.000
Лук	10	30.000	0.300	60	0.390	18.000
Томатное пюре	7	160.000	1.120	60	0.273	67.200
Крупа рисовое	50	55.000	2.750	60	1.950	165.000
Соль иодированная	5	10.000	0.050	60	0.195	3.000
			0.000	60		0.000
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ:						0.000
Свекла	20	30.000	0.600	60	0.780	36.000
Капуста свежая	20	25.000	0.500	60	0.780	30.000
Картофель	10	25.000	0.250	60	0.390	15.000
Морковь	5	30.000	0.150	60	0.195	9.000
Петрушка	1	155.000	0.155	60	0.039	9.300
Масло растительное	5	70.000	0.350	60	0.195	21.000
Лук репчатый	5	25.000	0.125	60	0.195	7.500
Вода	80			60	3.120	0.000
Соль иодированная	5	10.000	0.050	60	0.195	3.000
Хлеб пшеничный белый	100	30.000	3.000	60	3.900	180.000
Птица отварная	80	195.000	15.600	60	3.120	936.000
			0.000			0.000
КИСЕЛЬ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ						0.000
Смесь сухофруктов	20	110.000	2.200	60	0.780	132.000
Сахар	20	45.000	0.900	60	0.780	54.000
Кисель	10	130.000	1.300	60	0.390	78.000
Вода	220			60	8.580	0.000
			0.000	60	0.000	0.000
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ					0.000	0.000
	60	50.000	3.000	60	2.340	180.000
			61.000			3660.000

2-й день

Суп картофельный с горохом:						
Картофель	70	28.00	1.960	60	2.730	117.600
Горох /Колотый	20	52.00	1.040	60	0.780	62.400
Морковь	10	40.00	0.400	60	0.390	24.000
Лук репчатый	7.00	30.00	0.210	60	0.273	12.600
Масло растительное	5	74.00	0.370	60	0.195	22.200
Вода	140			60	5.460	0.000
Хлеб ржанной	100	44.00	4.400	60	3.900	264.000

Соль иодированная	5	18.00	0.090	60	0.195	5.400
			0.000	60		0.000
Каша гречневая рассыпчатая:						0.000
Крупа гречневая	60	101.00	6.060	60	2.340	363.600
Масло сливочное	5	748.00	3.740	60	0.195	224.400
Соль иодированная	5	18.00	0.090	60	0.195	5.400
			0.000	60		0.000
Мясо отварное:						0.000
Бройлер-цыпленок	100	198.00	19.800	60	3.9000	1188.000
Лук репчатый	5	30.00	0.150	60	0.1950	9.000
Соль иодированная	5	18.00	0.090	60	0.1950	5.400
			0.000	60		0.000
Сок(нектар) фруктовый пром.производства:						0.000
Сок мультифруктовый	200	55.0000	11.000	60	7.80000	660.000
			11.000			0.000
Пряник промышленного производства:						0.000
Пряник пром. производства	50	88.00	4.400	60	1.950	264.000
						0.000
Банан	80	90.00	7.200	60	3.120	432.000
			61.000			3660.000
3 день						
Суп картофельный с макаронными изделиями:						
Картофель	80.000	28.000	2.240	60	3.120	134.400
Макаронные изделия	20.000	137.500	2.750	60	0.780	165.000
Морковь	9.000	40.000	0.360	60	0.351	21.600
Лук репчатый	10.000	30.000	0.300	60	0.390	18.000
Масло растительное	5.000	74.000	0.370	60	0.195	22.200
Вода	150.000				0.000	0.000
Хлеб пшеничный белый	100.000	44.000	4.400	60	3.900	264.000
Соль иодированная	5.000	18.000	0.090	60	0.195	5.400
			10.510		0.000	0.000
Каша пшеничная рассыпчатая:						0.000
Крупа пшеничная	60.000	55.000	3.300	60	2.340	198.000
Масло сливочное	10.000	748.000	7.480	60	0.390	448.800
Соль иодированная	5.000	18.000	0.090	60	0.195	5.400
			10.870		0.000	0.000
Птица отварная:						0.000
Бройлер-цыпленок	130.000	198.000	25.740	60	5.070	1544.400
Лук репчатый	10.000	30.000	0.300	60	0.390	18.000
Соль йодированная	5.000	18.000	0.090	60	0.195	5.400
			26.130		0.000	0.000
Кисель из смеси сухофруктов:						0.000
Смесь сухофруктов	20.000	123.000	2.460	60	4.797	147.600
Сахар	20.000	42.000	0.840	60	1.638	50.400
Кисель	10.000	137.000	1.370	60	5.343	82.200
Вода	220.000			60	0.000	0.000
			4.670		0.000	0.000
Банан	98.000	90.000	8.820	60	3.510	529.200
			61.000			3660.000

4 день						
Суп рисовый с птицей:						
Картофель	80	28.00	2.240	60	1.092	134.400
Крупа рисовая	15	58.00	0.870	60	2.262	52.200
Морковь	10	40.00	0.400	60	1.560	24.000
Лук репчатый	9	30.00	0.270	60	1.170	16.200
Масло растительное	5	74.00	0.370	60	2.886	22.200
Томатное пюре	5	180.00	0.900	60	7.020	54.000
Вода	150			0	0.000	0.000
Хлеб ржанной	100	44.00	4.400	60	1.716	264.000
Соль йодированная	5	18.00	0.090	60	0.702	5.400
			0.000	60	0.000	0.000
Каша ячневая рассыпчатая:						0.000
Крупа ячневая	60	55.00	3.300	60	2.145	198.000
Масло сливочное	5	748.00	3.740	60	29.172	224.400
Соль йодированная	5	18.00	0.090	60	0.702	5.400
			0.000	60		0.000
Птица отварная:				60		0.000
Бройлер-цыпленок	130	198.00	25.740	60	7.722	1544.400
Лук репчатый	10	30.00	0.300	60	1.170	18.000
Соль йодированная	5	18.00	0.090	60	0.702	5.400
			0.000	60		0.000
СОК (нектар) фруктовый пром.производства:				60		0.000
Сок мультифруктовый "Вкусно Сок"(0,2л)	200	55.0000	11.000	60	2.145	660.000
			0.000	60		0.000
Банан	80	90.00	7.200	60	3.510	432.000
			61.000	60		3660.000
5 день						
Суп гороховый с мясом кур:						
Птица	15	195.00	2.93	60	0.585	175.500
Горох /Колотый	50	52.00	2.60	60	1.950	156.000
Морковь	20	40.00	0.80	60	0.780	48.000
Лук репчатый	20	30.00	0.60	60	0.780	36.000
Масло растительное	20	74.00	1.48	60	0.780	88.800
Вода	150			60	5.850	0.000
Соль йодированная	5	18.00	0.09	60	0.195	5.400
			0.00	60		0.000
Сосиска отварная с маслом						0.000
Сосиска	80	319.00	25.52	60	3.120	1531.200
Масло сливочное	2	748.00	1.50	60	0.078	89.760
Соль йодированная	2	18.00	0.04	60	0.078	2.160
			0.00	60		0.000
Рис отварной с соусом						0.000
Рис	150	58.00	8.70	60	5.850	522.000
Соус	57.3	140.00	8.02	60	2.235	481.320
Соль йодированная	5	18.00	0.09	60	0.195	5.400
			0.00	60		0.000
Хлеб ржанной						0.000
Хлеб	100	40.0000	4.00	60	3.900	240.000

			0.00	60	0.000	0.000
Чай с сахаром					0.000	0.000
Заварка	2	1320.00	2.64	60	0.078	158.400
Сахар	40	50.00	2.00	60	1.560	120.000
			4.64			0.000
			61.00			3659.940
6 день						
Суп рисовый с картофелем						
Картофель	70	28.00	1.96	60	2.730	117.600
Крупа рисовая	14	58.00	0.81	60	0.546	48.720
Морковь	13	40.00	0.52	60	0.507	31.200
Лук репчатый	9	30.00	0.26	60	0.335	15.480
Масло растительное	7.01	74.00	0.52	60	0.273	31.124
Томатное пюре	5	180.00	0.90	60	0.195	54.000
Вода	150		0.00	60	5.850	0.000
Хлеб ржанной	100	44.00	4.40	60	3.900	264.000
Соль йодированная	4.5	18.00	0.08	60	0.176	4.860
			0.00	60		0.000
Говядина отварная:	95	340	32.30	60	3.705	1938.000
Сок (нектар) фруктовый пром.производства:						0.000
Сок мультифруктовый	180	55.0000	9.90	60	7.020	594.000
			0.00	60	0.000	0.000
Яблоко	110	85.00	9.35	60	4.290	561.000
			61.00	60		3659.984
7 день						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ:						
Капуста свежая	39.9	28.000	1.12	60	1.556	67.032
Картофель	80	28.000	2.24	60	3.120	134.400
Морковь	15	44.000	0.66	60	0.585	39.600
Масло растительное	5	74.000	0.37	60	0.195	22.200
Лук репчатый	13	30.000	0.39	60	0.507	23.400
Вода	150			60	5.850	0.000
Соль йодированная	6	10.000	0.06	60	0.234	3.600
Зеленый горошек	11	163.000	1.79	60	0.429	107.580
Хлеб ржанной	100	44.000	4.40	60	3.900	264.000
			0.00	60		0.000
Говядина отварная:				60		0.000
Говядина	100	340.00	34.00	60	3.900	2040.000
Морковь	10	40.00	0.40	60	0.390	24.000
Лук репчатый	10	30.00	0.30	60	0.390	18.000
Соль йодированная	5	18.00	0.09	60	0.195	5.400
			0.00	60		0.000
СОК (нектар) фруктовый пром.производства:				60		0.000
Сок мультифруктовый	200	55.0000	11.00	60	7.800	660.000
			0.00	60	0.000	0.000
Пряник пром. производства	47.5	88.00	4.18	60	1.853	250.800
			61.00	60		3660.012
8 день						
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ:						

Цыпленок-бройлер	140	198.000	27.72	60	5.460	1663.200
Капуста свежая	24	25.000	0.60	60	0.936	36.000
Картофель	26.3	27.000	0.71	60	1.026	42.606
Крупа ячневая	10	55.000	0.55	60	0.390	33.000
Вода	60			60	2.340	0.000
Морковь	10	40.000	0.40	60	0.390	24.000
Масло растительное	4	88.000	0.35	60	0.156	21.120
Хлеб пшеничный белый	95	44.000	4.18	60	3.705	250.800
			0.00	60		0.000
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ:				60		0.000
Крупа рисовая	35	58.00	2.03	60	1.365	121.800
Масло сливочное	6	748.00	4.49	60	0.234	269.280
Лук репчатый	15	30.00	0.45	60	0.585	27.000
Соль йодированная	2	10.00	0.02	60	0.078	1.200
			0.00	60		0.000
СОК (нектар) фруктовый пром.производства:				60		0.000
Сок мультифруктовый	200	55.0000	11.00	60	7.800	660.000
			0.00	60		0.000
Свежее яблоко	100	85.00	8.50	60	3.900	510.000
				60		0.000
			61.00	60		3660.006
9 день						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ:						
Капуста свежая	50	28	1.400	60	1.950	84.000
Картофель	30	28.00	0.840	60	1.170	50.400
Морковь	10	40.00	0.400	60	0.390	24.000
Лук репчатый	7.00	30.00	0.210	60	0.273	12.600
Масло растительное	5	74.00	0.370	60	0.195	22.200
Вода или бульон	160			60	6.240	0.000
Хлеб пшеничный	100	44.00	4.400	60	3.900	264.000
Сметана	10	107.00	1.070	60	0.390	64.200
Соль йодированная	5	18.00	0.090	60	0.195	5.400
			0.000	60		0.000
Каша гречневая рассыпчатая:				60		0.000
Крупа гречневая	60	101.00	6.060	60	2.340	363.600
Масло сливочное	5	748.00	3.740	60	0.195	224.400
Соль йодированная	5	18.00	0.090	60	0.195	5.400
			0.000	60		0.000
Мясо отварное:				60		0.000
Бройлер-Цыпленок	100	198.00	19.800	60	3.900	1188.000
Лук репчатый	6	30.00	0.180	60	0.234	10.800
Соль йодированная	5	18.00	0.090	60	0.195	5.400
			0.000	60		0.000
СОК (нектар) фруктовый пром.производства:				60		0.000
Сок мультифруктовый	200	55.0000	11.000	60	7.800	660.000
			0.000	60		0.000
Пряник промышленного производства:				60		0.000
Пряник пром. производства	60	88.00	5.280	60	2.340	316.800
				60		0.000
Банан	82	90.00	7.380	60	3.198	442.800

			61.000			3744.000
10 день						
РОССОЛЬНИК ПЕТЕРБУРГСКИЙ:						
Картофель	80	28.00	2.24	60	3.120	134.400
Крупа рисовая	10	58.00	0.58	60	0.390	34.800
Морковь	10	40.00	0.40	60	0.390	24.000
Лук репчатый	10	30.00	0.30	60	0.390	18.000
Масло растительное	5	74.00	0.37	60	0.195	22.200
Вода	150			60	5.850	0.000
Хлеб ржанной	100	44.00	4.40	60	3.900	264.000
Соль йодированная	5	18.00	0.09	60	0.195	5.400
			0.00	60		0.000
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ:				60		0.000
Макаронные изделия	50	138.00	6.90	60	1.950	414.000
Масло сливочное	5	748.00	3.74	60	0.195	224.400
Соль йодированная	5	18.00	0.09	60	0.195	5.400
			0.00	60		0.000
Говядина отварная:				60		0.000
Говядина отварная	100	340.00	34.00	60	3.900	2040.000
Лук репчатый	8	30.00	0.24	60	0.312	14.400
Морковь	9	40.00	0.36	60	0.351	21.600
Соль йодированная	5	18.00	0.09	60	0.195	5.400
			0.00	60	0.000	0.000
Банан				60	0.000	0.000
	80	90.0000	7.20	60	3.120	432.000
			0.00	60		0.000
			61.00			3660.000
11 день						
Суп картофельный с макаронными изделиями:						
Картофель	80	28.00	2.240	60	3.120	134.400
Макаронные изделия	20	137.50	2.750	60	0.780	165.000
Морковь	9	40.00	0.360	60	0.351	21.600
Лук репчатый	10.00	30.00	0.300	60	0.390	18.000
Масло растительное	5	74.00	0.37000	60	0.195	22.200
Вода	150			60	5.850	0.000
Хлеб ржанной	100	44.00	4.400	60	3.900	264.000
Соль йодированная	5	18.00	0.090	60	0.195	5.400
			0.000	60	0.000	0.000
Каша пшеничная рассыпчатая:				60	0.000	0.000
Крупа пшеничная	60	55.00	3.300	60	2.340	198.000
Масло сливочное	10	748.00	7.480	60	0.390	448.800
Соль йодированная	5	18.00	0.090	60	0.195	5.400
			0.000	60	0.000	0.000
Птица отварная:				60	0.000	0.000
Бройлер-цыпленок	130	198.00	25.740	60	5.070	1544.400
Лук репчатый	10	30.00	0.300	60	0.390	18.000
Соль йодированная	5	18.00	0.090	60	0.195	5.400
			0.000	60	0.000	0.000
Кисель из смеси сухофруктов:				60	0.000	0.000

Смесь сухофруктов	20	123.000	2.460	60	0.780	147.600
Сахар	20	42.000	0.840	60	0.780	50.400
Кисель	10	137.000	1.370	60	0.390	82.200
Вода	220			60	8.580	0.000
			0.000	60	0.000	0.000
Банан	98	90.00	8.820	60	3.822	529.200
			61.000	60	0.000	3660.000
12 день						
Макаронные изделия отварные						
Макароны	150	137.500	20.625	60	5.850	1237.500
Соль йодированная	5	18.000	0.090	60	0.195	5.400
Хлеб пшеничный белый	100	44.000	4.400	60	3.900	264.000
			0.000	60	0.000	0.000
Консервы овощные				60	0.000	0.000
Икра кабачковая	100	60.00	6.000	60	3.900	360.000
			0.000	60	0.000	0.000
томатом				60	0.000	0.000
Говядина	70	340.00	23.800	60	2.730	1428.000
Лук репчатый	16.5	30.00	0.495	60	0.644	29.700
Соль йодированная	5	18.00	0.090	60	0.195	5.400
Морковь	15	40.00	0.600	60	0.585	36.000
			0.000	60	0.000	0.000
Компот из смеси сухофруктов				60	0.000	0.000
Смесь сухофруктов	50	110.00	5.500	60	1.950	330.000
Сахар			0.000	60	0.000	0.000
Вода	150			60	5.850	0.00
			61.000	0		3696.000